

**"PERCORSI"**

Associazione Regionale Familiari
per la Tutela della Salute Mentale

ONLUS Abruzzo

Registro Regionale per le Organizzazioni del
Volontariato Decreto n. 712 del 15/11/1996
Strada delle Fornaci n. 2 - 65125 PESCARA

Telefono - Fax: 085/ 75055

E-mail: percorsiabruzzo@libero.it

Sito internet: www.percorsi.abruzzo.it

P.IVA: 01915240681 Cod. Fiscale: 91031680688

socia



Alc. 18
Unasam
UNIONE NAZIONALE DELLE ASSOCIAZIONI
PER LA SALUTE MENTALE

ASSOCIAZIONE	"PERCORSI" Associazione Regionale familiari per la tutela della salute mentale, ONLUS
PROGETTO	"INSIEME PER S.P.O.R.T. (Sostenere Progetti Orientati alla Recovery sul Territorio)". Progetto di attività riabilitative motorie.
<u>PREMESSE</u>	<p>Generalmente, nel campo della riabilitazione psichiatrica, un aspetto piuttosto trascurato della vita quotidiana dei pazienti psichiatrici riguarda la condizione fisica. E' però risaputo che la maggior parte dei disturbi psicotici comporta, dal punto di vista genetico, una maggiore vulnerabilità all'insorgenza di malattie dismetaboliche, come ad esempio il diabete. Se si aggiunge l'incremento di peso in molti pazienti, non solo per l'assunzione di farmaci antipsicotici che aumentano l'appetito, ma anche per la vita sedentaria e priva di stimoli che conducono, si crea un ulteriore rischio di sviluppare malattie cardiovascolari e dismetaboliche. I pazienti in sovrappeso hanno, inoltre, difficoltà a svolgere attività fisica, spesso si vergognano delle proprie condizioni fisiche ed evitano il rapporto con gli altri, passando la loro vita tra casa, letto, divano e TV. In svariati casi, con la mancanza di altri interessi, tendono ad usare il cibo come terapia, come svago e come riempimento del vuoto interiore, che porta ad un ulteriore impoverimento della propria vita, a stanchezza psicofisica, a mancanza di iniziativa e di interessi, fino a manifestare l'incapacità di provare piacere.</p> <p>Partendo dal presupposto che al centro del processo di "recovery" c'è la persona, che è la risorsa più importante per la sua guarigione, sviluppiamo nella riabilitazione psichiatrica un concetto fortemente legato alla riacquisizione di un ruolo sociale, ovvero la cittadinanza, intesa come esercizio effettivo e concreto dei propri diritti dando valore a un certo tipo di percorso, cioè a quello in cui le persone vengono sostenute dai servizi (in particolare dal servizio di salute mentale). La recovery è una nozione legata a una situazione di benessere o di relativo benessere individuale, in cui la persona si recupera dentro una dimensione sociale, grazie ad un capitale umano costituito dalle relazioni interpersonali in rapporto con situazioni collettive e con una rete di servizi. La cittadinanza diventa recovery se le persone sofferenti psichiche partecipano veramente, sono attori della loro vita, rientrano in gioco, sono attive.</p> <p>L'Associazione "Percorsi" negli ultimi tre anni ha implementato in ambito sportivo un intervento innovativo di calcioterapia, i cui risultati psicosociali sono attualmente oggetto d'interesse scientifico da parte della Società Italiana di Psicologia Positiva.</p>

GSE



"PERCORSI"
 Associazione Regionale Familiari
 per la Tutela della Salute Mentale
 ONLUS Abruzzo
 Registro Regionale per le Organizzazioni del
 Volontariato Decreto n. 712 del 15/11/1996
 Strada delle Fornaci n. 2 - 65125 PESCARA
 Telefono - Fax: 085/ 75055
 E-mail: percorsiabruzzo@libero.it
 Sito internet: www.percorsi.abruzzo.it
 P.IVA: 01915240681 Cod. Fiscale: 91031680688



Alc. 19

<p><u>OBIETTIVI</u></p>	<p>Miglioramento del livello individuale di benessere psicofisico e della qualità della vita dei pazienti coinvolti, motivandoli o rimotivandoli alla pratica costante e regolare di un'attività sportiva.</p> <p>Obiettivi specifici:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Miglioramento dell'autostima e della self-efficacy. 2. Mantenimento del contatto con la realtà. 3. Mantenimento e valorizzazione delle abilità sociali. 4. Sviluppo e/o rafforzamento della rete sociale interna ed esterna al contesto psichiatrico. 5. Incremento del livello di funzionamento personale e in una, o più, delle sei dimensioni del Benessere psicologico: autoaccettazione, autonomia, relazioni positive con gli altri, padronanza ambientale, crescita personale, scopo di vita.
<p><u>AMBITO E TIPOLOGIA DI INTERVENTO</u></p>	<p>L'intervento rientra nell'ambito dei servizi territoriali espletati dai CSM di Pescara a favore dei propri utenti, in relazione al Progetto Obiettivo denominato "Progetto Armonia per la Salute Mentale", di cui alla Delibera ASL Pescara n. 1298 del 21/12/2012. Consiste in un percorso di riabilitazione psichiatrica EBP (Evidence-Based Practice) basato su specifiche procedure di sviluppo dell'apprendimento strutturato: Modeling, Role-playing, Feed-back, Generalizzazione.</p>
<p><u>PROGRAMMA DELLE AZIONI E TEMPO DI ATTUAZIONE</u></p>	<p>Il percorso, destinato a pazienti psichiatrici individuati dai medici dei CSM di riferimento, viene realizzato presso la sede di Pescara dell'Associazione "Percorsi" e due Centri sportivi della provincia della medesima città. Si articola in 2-3 incontri a settimana, principalmente pomeridiani e/o serali (in rare occasioni la mattina) e ha durata di 1 anno. Le attività si dividono tra pratica sportiva vera e propria, incontri psicoeducativi di gruppo e training individuali di preparazione all'attività sportiva. La gran parte degli incontri è finalizzata alla partecipazione di eventi sportivi anche esterni al contesto psichiatrico. Le sedute sportive prevedono le seguenti sessioni:</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Ritrovo nella sede dell'attività, accoglimento e scambio di informazioni tra psicologo e allenatore sulle condizioni psicofisiche dei pazienti e su eventuali problematiche o criticità emerse durante la settimana precedente. b) Fase propriamente sportiva alle direttive dell'allenatore, composta da: riscaldamento con corsa ed esercizi fisici a corpo libero, esercizi (individuali e di gruppo) di tecnica specifica dell'attività sportiva interessata. In questa fase si pone particolare attenzione ai seguenti aspetti:

Alc



"PERCORSI"
 Associazione Regionale Familiari
 per la Tutela della Salute Mentale
 ONLUS Abruzzo
 Registro Regionale per le Organizzazioni del
 Volontariato Decreto n. 712 del 15/11/1996
 Strada delle Fornaci n. 2 - 65125 PESCARA
 Telefono - Fax: 085/ 75055
 E-mail: percorsiabruzzo@libero.it
 Sito internet: www.percorsi.abruzzo.it
 P.IVA: 01915240681 Cod. Fiscale: 91031680688

Att. 20



	<p>massimo impegno di ognuno nell'ambito dei limiti individuali; evitamento di infortuni, per quanto possibile, mantenendo un dialogo costante durante l'esercizio dell'attività; incentivazione di un atteggiamento sereno e positivo da parte di tutto il gruppo, valorizzando le buone performance e minimizzando gli errori, mantenendo una atmosfera giocosa e di divertimento, sollecitando ognuno al rispetto reciproco.</p> <p>c) Fase conclusiva connotata particolarmente dall'attenzione posta a: cura dell'igiene personale e condivisione di momenti che richiedono un minimo di intimità fra i componenti del gruppo (ad esempio la doccia); raccolta degli indumenti e degli effetti personali; cura dell'ambiente (raccolta del materiale sportivo, pulizia e riordino spogliatoio); riepilogo e organizzazione dei successivi impegni inerenti il progetto; feed-back tra i partecipanti; saluti.</p> <p>L'equipe dell'Associazione, collaborante con gli psichiatri dei 2 CSM di Pescara, è costituita da 4 operatori qualificati (1 psicologo coordinatore, 1 "vero" allenatore sportivo, 1 medico dello sport, 1 operatore della riabilitazione psichiatrica). Come strumenti verranno utilizzati auto e telefoni cellulari degli operatori, 1 computer portatile, 1 video proiettore, 1 defibrillatore semiautomatico, campi da calcetto, palestra e relativi spogliatoi, indumenti e materiale sportivo specifico.</p>
<p>INDICATORI quali/quantitativi</p>	<p>Qualitativi: Psychological Weel-being Scales (PWB), scala che mira a valutare il livello delle sei dimensioni del benessere psicologico individuale. Sympton Check List 90 (SCL-90), scala che mira a valutare il livello della sintomatologia psicopatologica individuale.</p> <p>Quantitativi: Risorse dedicate/Numero di incontri realizzati/Numero utenti.</p>
<p>UTILIZZO DELLE RISORSE</p>	<p>Il budget di € 10.000,00 verrà investito come di seguito specificato:</p> <ul style="list-style-type: none"> • € 4.000,00 di compenso professionale all'equipe degli operatori. • € 400,00 per la copertura assicurativa degli utenti (Responsabilità Civile/Infortuni). • € 600,00 di spese gestione sede. • € 600,00 per le spese contabili dell'Associazione (consulenza del lavoro e amministrativa, rendicontazione progetto).

GAE



"PERCORSI"

Associazione Regionale Familiari
per la Tutela della Salute Mentale
ONLUS Abruzzo

Registro Regionale per le Organizzazioni del
Volontariato Decreto n. 712 del 15/11/1996
Strada delle Fornaci n. 2 - 65125 PESCARA

Telefono - Fax: 085/ 75055

E-mail: percorsiabruzzo@libero.it

Sito internet: www.percorsi.abruzzo.it

P.IVA: 01915240681 Cod. Fiscale: 91031680688

Att. 21

socia



Unasam
UNIONE NAZIONALE DELLE ASSOCIAZIONI
PER LA SALUTE MENTALE

	<ul style="list-style-type: none"> • € 100,00 per stampati e cancelleria. • € 4.300,00 per spese sportive (affitto campi con spogliatoi; acquisto di palloni; acquisto di divise per partite "ufficiali" e borsoni; iscrizione squadra e giocatori a regolari tornei amatoriali; acquisto Defibrillatore semiAutomatico esterno - DAE).
--	---

Il Presidente

"PERCORSI"

Associazione Regionale Familiari per la
Tutela della Salute Mentale - ONLUS

Strada delle Fornaci n. 2 - 65125 Pescara

Codice Fiscale: 91031680688

Partita IVA: 01915240681



"PERCORSI"
 Associazione Regionale Familiari
 per la Tutela della Salute Mentale
 ONLUS Abruzzo
 Registro Regionale per le Organizzazioni del
 Volontariato Decreto n. 712 del 15/11/1996
 Strada delle Fornaci n. 2 - 65125 PESCARA
 Telefono - Fax: 085/ 75055
 E-mail: percorsiabruzzo@libero.it
 Sito internet: www.percorsi.abruzzo.it
 P.IVA: 01915240681 Cod. Fiscale: 91031680688



socio

All. 22

PROGETTO DI ATTIVITA' RIABILITATIVA	Progetto di attività riabilitative motorie.
TITOLO DEL PROGETTO	"INSIEME PER S.P.O.R.T. (Sostenere Progetti Orientati alla Recovery sul Territorio)".
N. UTENTI COINVOLTI	20
N. INCONTRI settimanali/mensili	Media di 1-2 incontri a settimana (a seconda del periodo e della fase d'implementazione del progetto), 4-8 al mese.
DURATA DEGLI INCONTRI	Ogni incontro durerà dalle 2 alle 3 ore.
TEMPO DI ATTUAZIONE DEL PROGETTO	Il progetto avrà durata di 1 anno.
N. OPERATORI COINVOLTI	4
QUALIFICA DEGLI OPERATORI	Psicologo-psicoterapeuta, Psicologo, Personal Trainer, Medico dello Sport.
COSTO DI OGNI OPERATORE	€ 1.000,00 (totale € 4.000,00).
SPESE DI COORDINAMENTO	€ 600,00
SPESE DI GESTIONE	€ 5.400,00
COSTO TOTALE DEL PROGETTO	€ 10.000,00

"PERCORSI"
 Associazione Regionale Familiari per la
 Tutela della Salute Mentale - ONLUS
 Strada delle Fornaci n. 2 - 65125 Pescara
 Codice Fiscale: 91031680688
 P.IVA: 01915240681

ASSOCIAZIONE "PERCORSI"
 PRESIDENTE Eugenio Di Caro


